



# Spital Emmental

Modern. Menschlich. Mittendrin.

## Sommerrezept aus der Spitalküche

# Erdbeer-Gazpacho

### Zutaten für 4 Personen:

- 1 rote Peperoni
- ½ grüne Peperoni
- 1 Salatgurke
- 1 kleine Knoblauchzehe, jung
- 600 g Erdbeeren
- 100 g Weissbrot
- 100 g Olivenöl, extra vergine
- 50 g Rotweinessig
  - Meersalz, frisch gemahlen
  - Weisser Pfeffer, frisch gemahlen
- 4 Minzblätter
- 8 Scheiben rustikales Bauernbrot, dünn geschnitten
- 4 Esslöffel Olivenöl, extra vergine

### Zubereitung:

Die beiden Peperoni waschen, halbieren, die Kerne und alles Weisse entfernen. Salatgurke schälen, halbieren und entkernen. Den Knoblauch schälen. 500 g Erdbeeren waschen, putzen und das Grün abschneiden. Das Weissbrot sowie die Gemüse und die Erdbeeren klein schneiden. Anschliessend mit dem Olivenöl und dem Rotweinessig mit dem Stabmixer auf höchster Stufe fein mixen. Abschmecken mit Salz und Pfeffer. Etwa 3 Stunden abgedeckt im Kühlschrank ziehen lassen und eventuell nochmals abschmecken, die Suppe darf pikant abgeschmeckt werden. Die restlichen 100 g Erdbeeren putzen, das Grün entfernen und klein würfeln. Minzblätter waschen, trockentupfen und in Streifen schneiden. Die Brotscheiben in heissem Olivenöl rösten. Die Gazpacho in Gläser füllen, mit den Minzstreifen und den gewürfelten Erdbeeren dekorieren. Das geröstete Brot dazu servieren.

**Tipp:** anstelle der Erdbeeren andere saisonale Früchte verwenden, zum Beispiel Wassermelonen, Kirschen, Pfirsich usw.



**Nächste Ausgabe**

Das Magazin erscheint wieder im Dezember 2017 unter anderem mit diesen Themen:

**Palliative Care – Betreuungsqualität am Lebensende • Haarprobleme: Pflegetipps für gesundes Haar • Schlafen: natürliche Produkte im Schlafzimmer**

## Nächste Publikumsanlässe

17. August, Burgdorf  
**Schlüsselloch-Chirurgie – was ist heute möglich?**  
Referent: Prof. Dr. med. Stephan Vorburger,  
Chefarzt Chirurgie Burgdorf

24. August, Langnau  
**Schlüsselloch-Chirurgie – was ist heute möglich?**  
Referent: Dr. med. Alex Stupnicki,  
Chefarzt Chirurgie Langnau

31. August, Burgdorf  
**Kardiale Rehabilitation – Training für das Herz**  
Referent, Referentin: Dr. med. Max Hilfiker, Leitender Arzt  
Kardiologie Spital Emmental Burgdorf; Sarah Duss,  
stv. Leiterin Physiotherapie, Verantwortliche Ambulante  
Kardiale Rehabilitation Spital Emmental Burgdorf

14. September, Langnau  
**Kardiale Rehabilitation – Training für das Herz**  
Referent, Referentin: Dr. med. Stephan Zbinden,  
Leitender Arzt Kardiologie Spital Emmental Langnau;  
Martina Steffen, dipl. Physiotherapeutin, Verantwortliche  
Ambulante Kardiale Rehabilitation Spital Emmental  
Langnau

19. Oktober, Langnau / 26. Oktober, Burgdorf  
**Chronische Schmerzen – neuste Therapiemöglichkeiten**  
Referent, Referentin: Dr. med. Thomas Böhlen, Leitender  
Arzt Anästhesie und Leiter ambulante Schmerztherapie;  
Dr. med. Katrin Lindner, Oberärztin Anästhesiologie;  
Dr. med. Florian Reising, Leitender Arzt Schmerztherapie  
und Anästhesie

9. November, Langnau / 16. November, Burgdorf  
**Diagnose Diabetes – was kann ich tun?**  
Referent, Referentin: Dr. med. Bernard Chappuis,  
Leitender Arzt Diabetologie/Endokrinologie;  
Dr. med. Silvia Schwab, Leitende Ärztin Diabetologie/  
Endokrinologie

30. November, Burgdorf / 7. Dezember Langnau  
**Hüftarthrose: Die Hüfte erhalten oder ersetzen?**  
Referent: Dr. med. Henk Eijer, Chefarzt Orthopädie

Beginn 19 Uhr, Dauer ca. 75 Minuten. Nach den Referaten  
Fragemöglichkeit. Eintritt frei, Anmeldung nicht nötig.  
Die Vorträge finden in folgenden Lokalitäten statt:

- Spital Emmental Burgdorf, Kurslokal (Erdgeschoss),  
Oberburgstrasse 54, 3400 Burgdorf
- Spital Emmental Langnau, Restaurant, Dorfbergstrasse 10,  
3550 Langnau.

Kurzfristige Programmänderungen siehe [www.spital-emmental.ch](http://www.spital-emmental.ch)